**Πρόσκληση συμμετοχής σε ομάδα γονέων, με θέμα:
«Διαζύγιο: Πώς διαχειριζόμαστε την αλλαγή στο πλαίσιο της πρόληψης
μακροπρόθεσμων συνεπειών στην οικογένεια»**

Το ΚΕΣΑΝ - Κέντρο Πρόληψης των Εξαρτήσεων και Προαγωγής της Ψυχοκοινωνικής Υγείας Ηρακλείου (Κ.Π. Ο.ΚΑ.ΝΑ.), στο πλαίσιο των παρεμβάσεών του σε Γονείς, διοργανώνει Ομάδα Γονέων με θέμα: «Διαζύγιο: Πώς διαχειριζόμαστε την αλλαγή στο πλαίσιο της πρόληψης μακροπρόθεσμων συνεπειών στην οικογένεια».

Περιγραφή εργαστηρίου: Οι σχέσεις δυσκολεύουν και συχνά οι ανεπίλυτες συγκρούσεις οδηγούν σε διαζύγιο.

* Πώς βοηθιέται κανείς σε αυτή τη μετάβαση;
* Στόχος να εξοικειωθούμε με πρακτικές που να βοηθήσουν γονείς και παιδιά να προσαρμοστούν στη νέα συνθήκη.

Αναλυτικότερα, τα θέματα που θα αναπτυχθούν στην ομάδα Γονέων, εστιασμένα στην ενότητα που αναφέραμε αφορούν:

* + - Διαχείριση των διαφορών στο ζευγάρι: πώς τις διαχειριζόμαστε, με στόχο την πρόληψη και την μείωση των συγκρούσεων.
* Η προσαρμογή των γονέων και του παιδιού στη νέα συνθήκη: τι αλλάζει στην οικογένεια μετά το χωρισμό του ζευγαριού. Τι αλλαγές βιώνει ο καθένας από τη θέση του.
* Λειτουργική επικοινωνία στην οικογένεια. Δυσκολίες - αδιέξοδα επικοινωνίας και διαχείριση αυτών.
* Οργάνωση χρόνου γονέων και παιδιού, ορισμός αρμοδιοτήτων και ρόλων μέσα στο νέο πλαίσιο.
* Αυτοαντίληψη - αυτοεκτίμηση παιδιού. Τι αλλάζει στον τρόπο που το παιδί βλέπει τον εαυτό του, αλλά και στο πώς αντιμετωπίζεται από το περιβάλλον. Διαχείριση της αλλαγής.
* Συνεργασία οικογένειας - σχολείου.

Η Ομάδα Γονέων θα αποτελείται από **12 άτομα** και θα περιλαμβάνει **5 δίωρες συναντήσεις,** που θα υλοποιούνται σε **εβδομαδιαία βάση, ημέρα Τετάρτη 18:00-20:00 στο χώρο του ΚΕΣΑΝ - Κέντρου Πρόληψης (**[**Μίνωος 67 & Μιχ. Αρχαγγέλου, Θέρισσος**](https://www.google.com/maps/d/viewer?mid=1xdcZtSX4ogDOZrU8JpostnsHL1o)**). Έναρξη: 15 Νοεμβρίου 2017. Η συμμετοχή είναι δωρεάν.**

Η Ομάδα Γονέων θα παρέχει **συμβουλευτική και υποστήριξη**, μέσα σ’ ένα πλαίσιο ασφάλειας προς το γονέα που θα τον βοηθήσει να επεξεργαστεί και να καθοδηγηθεί κατάλληλα απέναντι στο σύνθετο ρόλο του. Μακροπρόθεσμος στόχος: **η πρόληψη και την προαγωγή της ψυχοκοινωνικής υγείας της οικογένειας.**

Σε περίπτωση που επιθυμείτε να συμμετάσχετε στην Ομάδα Γονέων, παρακαλούμε να συμπληρώσετε **ηλεκτρονικά την αίτηση συμμετοχής, που θα βρείτε στην ηλεκτρονική διεύθυνση:** [**https://goo.gl/forms/5jIN793mDalYptyC2**](https://goo.gl/forms/5jIN793mDalYptyC2)**, έως και 06 Νοεμβρίου 2017.** Για περισσότερες πληροφορίες απευθυνθείτε στην Υπεύθυνη των Ομάδων Γονέων:

**κ. Άννα Χρυσουλάκη
Τηλέφωνο επικοινωνίας: 2810.313.222
Ώρες επικοινωνίας: 10:00 - 13:00 (Δευτέρα έως Πέμπτη)**